ما هي حمى القش

هذا الاسم خاطئ لأنه ليس السبب القش، ولعدم وجود حمى . ولكن يحدث فيه زكام ورشح أو حكة بالأنف و العين مع عطس و حكة بالحلق و مخاط كثير في الأنف و الحلق وهذا كله بسبب جزيئات محمولة في الهواء .كما أن برد الصيف أيضا ليس نزلة برد وليس عدوى فيروسية ولكنه يشبه حمى القش في أنه حساسية لجزئيات موجودة في الجو . وهذه المسميات مترادفات لما يعرف بحساسية الأنف وهى تسبب للبعض اضطراب بسيط بينما للبعض الآخـر قـد تعوقهم عن العمل والخروج .

ما أسباب الحساسية ؟

إذا وصلت مادة نباتية أو حيوانية غريبة إلى داخل الجسم البشرى من خلال أغشية العين أو الأنف أو الحلق يحدث تفاعل مناعي يهدف لمقاومـة هـذه المادة ، هذا التفاعل مطلوب لحماية الجسم. ولكن بعض الأشخاص يحدث لديهم التهاب ناتج عن التعرض كرد فعل لهذه المواد التي تسمى مسببات الحـساسية وهؤلاء الأفراد يقال عنهم أن لديهم حساسية وهذه سمة تجرى في بعض العائلات أي أنها وراثية .ومسببات الحساسية تحفز الجسم لتكوين أجسام مضادة تتفاعـل مع مسببات الحساسية وهذا الاتحاد يجعل الجسم يفرز مواد كيميائية لها آثار غير مرغوب فيها واشهر هذه المواد الكيميائية مادة الهستامين الذي يسبب تـورم في أغشية الأنف مع حكة وتهيج والمزيد من المخاط .

ما هي مسببات الحساسية المؤدية لالتهاب الأنف ؟

هي مواد مثل حبوب اللقاح ، جراثيم الفطريات ، بقايا الحيوانات وغبار المنزل تكون صغيرة جدا ووزنها خفيف بحيث يحملها الهواء إلى أغشية العين والأنف والحلق .

ما هي حبوب اللقاح الضارة ؟

في وقت الربيع تنشأ حمى القش من التعرض لحبوب اللقاح من أشجار مثل خشب القبقب ،خشب الدردار، البتولا،السنديان،الزان ،أما في نهاية الربيـع فتأتى حبوب اللقاح من النباتات العشبية ؛ أما الزهور الملونة وذات الرائحة فنادرا ما تسبب حساسية لأن حبوب اللقاح فيها أثقل من أن يحملها الهـواء فهـذه تلتصق بالحشرات مثل النحل والفراشات فتحمل حبوب اللقاح من نبات إلى آخر .

ماذا عن الفطريات ؟: تسبب الفطريات عفن الخبز و الفاكهة ،كما أنها تنمو على أوراق الشجر الميتة ، العشب ، القش والنباتات والحبوب وفي التربة ذاتها. أما داخل المنازل فتنمو الفطريات على نباتات المنزل والتربة وتنمو في الأماكن الرطبة مثل حجرات الغسيل والأرضيات. هذه الفطريـات تقتـل بالتجميد لذلك فإن موسم حساسية الفطريات يكون طويلا وتتواجد جراثيم الفطريات في الهواء طوال العام .

ماذا عن حمى القش الموجودة طوال العام

تشمل مسببات الحساسية الموجودة طوال العام بقايا الحيوانات (القطط والكلاب والخيل والحيوانات الأخرى الأليفة ، والصوف والريش) مستحضرات التجميل ، الفطريات ، بعض الأطعمة وغبار المنزل و الأخير عبارة عن خليط معقد من السليلوز المتحلل(الناتج عن الأثاث) و الفطريات و بقايا الحيوانات الأليفة التي يتم تربيتها في المنزل و أيضا بقايا الحشرات و العثة و يسبب غبار المنزل حساسية تسوء وقت الشتاء خاصة عند تشغيل الدفايات و أفران الهواء.

هل يمكن للحساسية أن تكون خطيرة .

بعض الأفراد المصابين بالحساسية يعانون من ضعف المناعة أمام نزلات البرد ، عدوى الجيوب الأنفية والأذن وقد يتعرضون لحساسية الصدر والربو .

ماذا يمكنك أن تفعله؟

الشيء الأمثل طبعا أن نعيش بعيدا عن مسببات الحساسية مثلا على شاطئ البحر حيث لا تستنشق إلا نسيم البحر أو في مكان جوه جاف حيث لا ينمو شئ على الإطلاق وللأسف هذه الأفكار غير عملية وإليك بعض الاقتراحات الممكنة .

1- ارتدى واقى أنف ضد حبوب اللقاح عند تقليم العشب أو تنظيف المنزل (وتوجد هذه الواقيات في الصيدليات) .

2- غير مرشح الهواء شهريا في أنظمة التكييف والتدفئة أو استخدم منقى للهواء .

3- في موسم اللقاح احتفظ بالأبواب والشبابيك مغلقة .

4- تخلص من نباتات المنزل والحيوانات التي تخرج منها بقايا .

5- استبدل الوسادة الريش والبطاطين والملابس الصوف بأخرى قطنية أو صناعية .

6- غلف المراتب بعوازل بلاستيك .

7- استخدم مضادات الهستامين ومزيلات الاحتقان عند الضرورة .

8- ارفع السرير من جهة الرأس بوضع قالب من الطوب أو أثنين تحت قوائم الفراش .

9- مارس الرياضة يوميا وامتنع عن التدخين وابتعد عن ملوثات الهواء بقدر الإمكان وتناول غذاء متوازن مع التقليل من النشويات و اسـتكمال الفيتامينـات خاصة فيتامين ج .

10.-استخدم مرطب للهواء في حالة استخدام تدفئة شتوية تجفف الهواء مما يزيد من خطورة الحالة مع الحـذر مـن الفطريـات الـتي يمكـن أن تنمـو في المرطب .وأخيرا استشر طبيبك .

ماذا يمكن للطبيب أن يعمله ؟

سيفحصك أخصائي الأذن والأنف والحنجرة فحصا شاملا ويحدد وجود عـدوى أو تغـير بنـائي (اعوجاج الحاجز الأنفي أو لحمية) وبالتالي يصف علاجا سليما لهذه العوامل المضاعفة وسيختار لك الطبيب دواءا مناسبا من مجموعة مركبات تضم مـضادات الحساسية ، مزيلات الاحتقان ، الكر وموليين أو الكورتيزون؛كما سيقدم لك نصيحة بخصوص تغيير الجو المحيط بك،و أخيرا و بعد تاريخ مرضي و فحص دقيقين فقد ينصحك الطبيب بعمل اختبار للحساسية لتحديد المادة النوعية المسببة لهذه الحساسية والعلاج الوحيد المتوفر للحساسية الناتجة عن المواد المستنشقة هو إعطاء أمصال تساعد على تكوين أجسام مضادة لمسببات الحساسية بعد تحديد هذه المسببات ، من خلال اختبار دم أو اختبار جلد. وباستخدام الطرق الحديثة يمكـن للأخصائي أن يحدد ليس فقط نوع المسبب ولكن أيضا درجة الحساسية بما يسمح ببدء حقن الأمصال بأعلى جرعة ممكنه وبالتالي يقل الوقت المطلوب لظهـور التحسن المرجو .

وأمصال الحساسية قد ينتج عنها بعض التحسن الملحوظ بعد بضعة أسابيع من بدء العلاج ولكن يجب استكمال العلاج بانتظام لمدة تتراوح مـن 3 إلى خمس سنوات لضمان تحسنا مستديما . ومع ذلك سيستمر استخدام الأدوية المعتادة خاصة إذا تعرض المريض لجرعة كبيرة من مسببات الحساسية أو إذا حـدثت مضاعفات وخلال فترة علاج الأمصال والذي يمكن للطبيب أن يخبرك بتفاصيل أكثر عنه فإن مراقبة الحالة خلال مدة العلاج والاهتمام بأي اضطراب آخـر في الأنف أو الجيوب الأنفية سوف يساهم في تحسن الأعراض والحالة .